

Способы эффективного общения с подростками

Помощь психолога родителям

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Проблемы между родителями и подрастающими детьми существовали всегда. Редким взрослым удается оставаться гибкими и мудрыми, когда их чадо входит в подростковый возраст. Важно помнить, что формирование доверия и понимания между детьми и родителями – задача последних. Ниже представлено несколько методов эффективного общения с подростком, которые пригодятся всем родителям, столкнувшимся с трудностями переходного возраста.

Способы эффективного общения с подростками:

1. Ребенок должен четко понимать, что родители искренне интересуются им, и готовы помочь ему абсолютно в любой ситуации. Позиция мудрых родителей такова.
2. Родители обязаны отложить свои повседневные дела, если подросток хочет поговорить. Желание побеседовать у взрослеющих детей возникает не так часто, поэтому исключительными моментами следует пользоваться.
3. При разговоре с ребенком важно показывать ему свою заинтересованность в том, что он говорит. Родители должны внимательно слушать монолог подростка, а, при необходимости, поощрять его продолжение наводящими вопросами.
4. Подросток ни в коем случае не должен попасть в неудобное положение на глазах посторонних по вине родителей. Это очень серьезный удар для самолюбия ребенка. Уважайте свое чадо.
5. Родители не должны унижать ребенка даже словами. Забудьте об унижении, как о способе воздействия на подростка. Этого инструмента не должно быть вовсе в вашем воспитательном арсенале.
6. Следите за языком тела вашего ребенка. Иногда слова подростков сильно расходятся с чувствами. Слезы в глазах, дрожащий подбородок, закрытая поза, напряженный голос – все эти сигналы говорят о том, что у ребенка не так все гладко, как он уверяет.
7. Родители могут давать советы подростку, но они не имеют права лишать его свободы выбора. Выразите свое мнение и позвольте ребенку самому принять решение.
8. Перестаньте сравнивать своего ребенка. Каждый человек уникален, его можно сравнить лишь с ним же, но вчерашним. Помните об этом всегда.
9. Гораздо лучше слов поддержки работают прикосновения. Если подростка нужно приободрить, попробуйте обнять его, взять за руку, погладить по волосам. Убедитесь, что данный метод общения работает гораздо лучше.
10. Раз и навсегда забудьте фразу «Я знаю, что для тебя лучше». Ваш ребенок вырос, и пора перестать его опекать даже в мелочах.
11. Ни в коем случае нельзя подсмеиваться над подростком. В переходный период ребенку и так хватает трудностей, вызванных гормональной бурей в организме. Слушайте внимательно его, а тон для разговора подберите спокойный.
12. Обсуждение серьезных тем нужно проводить наедине, без посторонних.
13. Никто не обещал молодым мамам и папам, что с подрастающим ребенком будет легко. Однако и трагедии из переходного периода делать не стоит. Взаимопонимание между родителями и подростками возможно. Приложите немного усилий, и у вас все получится!

Материал подготовлен педагогом-психологом

МБОУ «Школа №106» Разумовской С.А.